

# LAMPIRAN

## Lampiran 1 Biodota Peneliti

### BIODATA PENELITI



#### A. Data Pribadi

Nama : Dirna Yulanda  
Tempat, Tanggal Lahir : Soppeng, 01 Juni 2000  
Alamat asal : JL. S. Parman, Kel. Gunung Telihan,  
Kec. Bontang Barat, Kota Bontang, Kalimantan Timur

#### B. Riwayat Pendidikan

- Tamat SD : 2012 di SDN 004 Bontang Barat
- Tamat SMP : 2015 di SMPN 4 Bontang
- Tamat SMA : 2018 di SMK Putra Bangsa Bontang

Tanggal ujian : Kamis, 22 Juni 2023

Judul Penelitian :

### **HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN OVERWEIGHT PADA REMAJA DI SMPN 22 SAMARINDA**

Pembimbing : Mardiana, M.Kes

Demikian permohonan pengajuan penguji ini saya sampaikan atas perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

Samarinda, 13 Juni 2023

Dirna Yulanda  
NIM.1811102413052

## Lampiran 1 Surat Balasan Penelitian



PEMERINTAH KOTA SAMARINDA  
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
**UPT SMP NEGERI 22 SAMARINDA**

Jl. Pahlawan 36, Dadi Mulya, Samarinda Ulu, 75123

Telp : (0541) 738418

Laman : [www.smpn22smd.sch.id](http://www.smpn22smd.sch.id) Pos-el : [smpn22samarinda@gmail.com](mailto:smpn22samarinda@gmail.com)

29 Mei 2023

**SURAT KETERANGAN PENELITIAN**

Nomor : 074/304/100.01.18.A22

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 22 Samarinda, menerangkan bahwa mahasiswa :

Nama : **Dirna Yulanda**  
NIM : 1811102413052  
Program Studi : Kesehatan Masyarakat  
Jenjang Studi : Strata satu (S1)  
Judul : **Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Overweight Pada Remaja Di SMPN 22 Samarinda**

Yang bersangkutan telah melaksanakan penelitian di SMP Negeri 22 Samarinda pada tanggal 23 Mei 2023 sampai dengan 25 Mei 2023.

Demikian surat ini dibuat, atas kerjasamanya di ucapkan terima kasih.


  
Kepala UPT;  
**ASMURAN, S.Pd**  
Pembina  
NIP 196307291987031011

## Lampiran 2 Lembar Konsultasi

### LEMBAR KONSULTASI

Judul Skripsi : Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Overweight Pada Remaja Di  
SMPN 22 Samarinda

Pembimbing : Mardiana, M.Kes

| NO. | TANGGAL                | KONSULTASI  | HASIL KONSULTASI  | PARAF   |
|-----|------------------------|---|---|---|
| 1.  | 10<br>November<br>2023 | Menentukan kelompok<br>KDM  | Terbentuknya<br>kelompok KDM<br>EPIDEMIOLOGI, AKK<br>& PROMKES , K3                                     |    |
| 2.  | 7 Januari<br>2023      | Menentukan judul skripsi  | ACC Judul " Hubungan<br>Pola Makan Dengan<br>Kejadian Obesitas<br>Pada Remaja Di<br>SMPN 22 Samarinda " |   |
| 3.  | 15 Januari<br>2023     | Konsul Bab I<br><br>Latar belakang, Rumusan<br>Masalah, Tujuan Penelitian<br>dan Manfaat Penelitian | Revisi Latar Belakang,<br>Rumusan Masalah dan<br>Tujuan Penelitian                                      |  |
| 4.  | 19 Januari<br>2023     | Konsul Bab II<br><br>Rancangan Penelitian,<br>Populasi dan Perhitungan<br>Sampel                    | Revisi Perhitungan<br>Sampel  |  |
| 5.  | 13 Februari<br>2023    | Konsul Perhitungan<br>Sampel, DO dan<br>Instrumen Penelitian  | Revisi perhitungan<br>sampel, DO dan<br>Instrumen Penelitian  |  |

|     |                  |  |   |  |
|-----|------------------|--|---|--|
| 6.  | 17 Februari 2023 | Konsul DO, Instrumen Penelitian dan Analisis Data              | Revisi DO, Instrumen Penelitian dan Analisis Data |   |
| 7.  | 20 Februari 2023 | Konsul DO, Instrumen Penelitian dan Analisis Data              | Revisi DO, Instrumen Penelitian dan Analisis Data |   |
| 8.  | 21 Februari 2023 | Konsul DO, Instrumen Penelitian dan Analisis Data              |   |   |
| 9.  | 15 Juni 2023     | Konsul Bab III & Bab IV Hasil pembahasan, kesimpulan dan saran | Revisi Hasil pembahasan, kesimpulan dan saran     |   |
| 10. | 16 Juni 2023     | Konsul Bab III & Bab IV Hasil pembahasan, kesimpulan dan saran |   |  |

## HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI SMA KATOLIK CENDRAWASIH

*Dietary Relationship with Incidence of Obesity in Teenager at  
Cendrawasih Katolik Senior High School*

**Rizka Ruhul Aflah, Rahayu Indiasari, Yustini**

Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin  
(rizkaruhul@gmail.com, rindriasari@gmail.com, yustiniramli63@gmail.com, 08561768543)

### ABSTRAK

Obesitas pada remaja meningkat secara pesat di negara barat selama beberapa tahun terakhir obesitas di anak-anak dan remaja mempresentasikan satu dari penyakit yang sangat sulit di sembuhkan, salah faktor yang dapat menyebabkan terjadinya obesitas yaitu pola makan yang berlebih. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan pola makan dan kejadian obesitas di SMA Katolik Makassar. Jenis penelitian yaitu penelitian observasional dengan rancangan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian sebanyak 314 orang dengan jumlah sampel sebanyak 56 orang di masing-masing kelas X dan XI. Pengolahan data menggunakan SPSS *for windows* dengan analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *chi-square* dan disajikan dalam bentuk tabel dan narasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa prevalensi kejadian obesitas pada responden di SMA Katolik Cendrawasih Makassar tinggi mencapai diatas 50%, namun berdasarkan hasil uji *chi square* yang dilakukan terhadap frekuensi makanan dan asupan makanan dengan kejadian obesitas diperoleh bahwa tidak ada hubungan antara frekuensi makan dengan kejadian obesitas dengan  $p=0,075$  dan juga tidak ada hubungan antara asupan makanan untuk energi dan zat gizi lemak, karbohidrat dan serat dengan nilai  $p=0,366$ ,  $p=0,095$ ,  $p=0,459$ ,  $p=0,317$  ,dan  $p=0,456$ , namun ada hubungan yang signifikan antara asupan protein dengan kejadian obesitas dengan  $p=0,001$ . Kesimpulan dari penelitian ini tidak terdapat hubungan bermakna pola makan dengan kejadian obesitas.

**Kata kunci: obesitas, pola makan, remaja**

### ABSTRACT

*Obesity in teenagers is increasing rapidly in western countries during the past few years of obesity in children and adolescents presenting one of a disease that is very difficult to heal, one of the factors that can lead to the onset of obesity, excess eating patterns. This research aims to look at the relationship of diet to obesity and the incidence of the Catholic High School in Makassar. This type of research is observational research with cross sectional design. The population in the research as much as 314 people with the number of samples as many as 56 people in each class X and XI. Data processing using SPSS for windows with the univariate analysis and bivariate use chi-square test and presented in tabular and narrative. The results showed that the prevalence of obesity in the event the respondent Catholic high school high above the reach of Makassar 50%, but based on the chi square test results performed on the frequency of food intake and food with serious incident. It was not found the relationship between frequency and obesity with  $p=0,075$ . And also in relationship between dietary intake of energy, protein, fat, and fiber with  $p=0,366$ ,  $p=0,095$ ,  $p=0,459$ ,  $p=0,317$  and  $p=0,456$ , but there was relationship between protein intake and obesity incident with  $p=0,001$ . The conclusion of this study is there was no significant relationship between dietary intake with obesity incident.*

**Keyword: obesity, diet, teen**

## HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI SMA NEGERI 2 TAMBANG

**Ebni Dewita**

Program Studi S1 Keperawatan universitas Pahlawan Tuanku Tambusai  
ebnidewita12@gmail.com

### ABSTRAK

Obesitas pada remaja penting untuk diperhatikan karena remaja yang mengalami obesitas 80% berpeluang untuk mengalami obesitas pada saat dewasa. Remaja obesitas sepanjang hidupnya berisiko lebih tinggi untuk menderita penyakit jantung, stroke, diabetes, asma, radang di tulang dan persendian. Salah satu faktor penyebab obesitas pada remaja adalah pola makan atau asupan makanan berlebih. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian obesitas di SMA Negeri 2 Tambang. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *Cross Sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah semua siswa siswi SMA Negeri 2 Tambang yang berjumlah 350 orang. Sampel dalam penelitian ini siswa – siswi kelas II SMA Negeri 2 Tambang berjumlah 187 orang dengan teknik pengambilan sampel *stratified random sampling*. Pengumpulan data melalui penyebaran kuesioner dan antropometri. Pengolahan data menggunakan *analisa univariat dan bivariat*. Hasil penelitian menunjukkan lebih dari separuh responden memiliki pola makan berlebih sebanyak 97 orang (51,9%), dan mengalami obesitas sebanyak 95 orang (50,8%). Hasil uji Chi-square didapatkan nilai  $p\text{ value} = 0,000$  ( $p \leq 0,05$ ), berarti ada hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kejadian obesitas di SMA Negeri 2 Tambang. Bagi pihak sekolah untuk dapat melakukan penyuluhan tentang obesitas pada siswa – siswi agar dapat mencegah terjadinya obesitas pada remaja.

**Kata Kunci** : Pola Makan, Kejadian Obesitas

### ABSTRACT

Obesity in adolescents is important to note because adolescents who are obese are 80% likely to be obese as adults. Obese adolescents throughout their life are at higher risk for heart disease, stroke, diabetes, asthma, inflammation in the bones and joints. One of the factors causing obesity in adolescents is diet or excessive food intake. This study aims to determine the relationship between diet and obesity in SMA Negeri 2 Tambang. This study used a cross sectional research design. The population in this study were all students of SMA Negeri 2 Tambang, totaling 350 people. The sample in this study was 187 students of class II SMA Negeri 2 Tambang with stratified random sampling technique. Collecting data through distributing questionnaires and anthropometry. Data processing used univariate and bivariate analysis. The results showed that more than half of the respondents had an overeating pattern of 97 people (51.9%), and 95 people were obese (50.8%). Chi-square test results obtained  $p\text{ value} = 0.000$  ( $p \leq 0.05$ ), which means that there is a significant relationship between diet and obesity in SMA Negeri 2 Tambang. For the school to be able to do counseling about obesity to students in order to prevent obesity in adolescents.

**Keywords** : Diet, Obesity Incidence

### PENDAHULUAN

Pencapaian indeks pembangunan manusia di dunia tidak terlepas dari peningkatan kualitas kesehatan. Pada saat ini masih banyak masalah gizi yang dapat mempengaruhi kualitas kesehatan, salah satunya adalah masalah kegemukan / *obesitas* (Diana, 2013). Salah

## STUDI LITERATUR : PENGARUH KONSUMSI JUNK FOOD TERHADAP OBESITAS

### Literature Review : Effect Of Junk Food Consumption On Obesity

Leila Pebriani <sup>1\*</sup>

Agnes Frerherty <sup>2</sup>

Elsa Trinovita <sup>2</sup>

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Palangka Raya, Universitas Palangka Raya, Palangka Raya, Kalimantan Tengah, Indonesia

<sup>2</sup> Dosen Pengajar Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Palangka Raya, Universitas Palangka Raya, Palangka Raya, Kalimantan Tengah, Indonesia

\*email:

[leila.03.pebriani@gmail.com](mailto:leila.03.pebriani@gmail.com)

#### Abstrak

Data berdasarkan *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2018 menunjukkan 650 juta penduduk dunia yang menderita obesitas. Indonesia merupakan negara yang menduduki peringkat ke-4 di Asia Tenggara dengan kasus obesitas sebanyak 14,3%. Salah satu faktor yang menyebabkan peningkatan obesitas adalah konsumsi *junk food*. Namun, terdapat perbedaan hasil penelitian mengenai pengaruh konsumsi *junk food* terhadap obesitas dalam hal frekuensi konsumsi *junk food*. Tujuan dilakukannya *literature review* ini adalah untuk mengetahui pengaruh frekuensi konsumsi *junk food* terhadap obesitas bila dikaji secara ilmiah. Penelitian *literature review* ini menggunakan pendekatan *systematic review*. Sumber data penelitian menggunakan data sekunder meliputi jurnal ilmiah yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Berdasarkan sintesis data 15 jurnal yang dikaji, terdapat 13 jurnal yang menyatakan memiliki pengaruh konsumsi *junk food* terhadap obesitas, dan 2 jurnal yang menyatakan tidak memiliki pengaruh konsumsi *junk food* terhadap obesitas. Penderita obesitas sebagian besar terjadi resistensi leptin dimana akan membuat tinggi kadar leptin sehingga tidak menyebabkan penurunan nafsu makan.

#### Kata Kunci:

Obesitas  
Junk Food

#### Keywords :

Obesity  
Junk Food

#### Abstract

Data based on the *World Health Organization* (WHO) in 2018 shows that 650 million people in the world suffer from obesity. Indonesia is a country that ranks 4th in Southeast Asia with 14.3% of obesity cases. One of the factors that causes the increase in obesity is the consumption of *junk food*. However, there are differences in research results regarding the effect of *junk food* consumption on obesity in terms of the frequency of *junk food* consumption. The purpose of this *literature review* is to determine the effect of the frequency of consumption of *junk food* on obesity when studied scientifically. This *literature review* research uses a *systematic review* approach. Sources of research data using secondary data include scientific journals that meet the inclusion and exclusion criteria. Based on the synthesis of data from 15 journals studied, there are 13 journals which state that consumption of *junk food* has an effect on obesity, and 2 journals which state that it does not have an effect of consumption of *junk food* on obesity. Most obese patients have leptin resistance, which will make leptin levels high so that it does not cause a decrease in appetite.



© year The Authors. Published by Institute for Research and Community Services Universitas Muhammadiyah Palangka Raya. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.33084/jsm.vxiix.xxx>

## PENDAHULUAN

Obesitas merupakan suatu keadaan penumpukan lemak berlebihan dikarenakan ketidakseimbangan antara asupan energi dengan energi yang digunakan dalam kurun waktu lama (Hirdayati, 2016). Pada tahun 2018 menurut *World Health Organization* (WHO)

terdapat 650 juta penduduk dunia mengalami obesitas. Wilayah Asia Tenggara di tahun 2016 menunjukkan kasus obesitas dengan prevalensi tertinggi, dimana Indonesia menduduki peringkat ke-4 sebesar 14,3% (Ditjen, 2017). Penderita obesitas sebagian besar terjadi resistensi leptin dimana akan membuat tinggi



## Lingkar lengan atas dan panjang ulna sebagai parameter antropometri untuk memperkirakan berat badan dan tinggi badan orang dewasa

Indri Mulyasari, Purbowati\*

### ABSTRACT

**Background:** Weight (Wt) and height (Ht) can be estimated by using mid-upper arm circumference (MUAC) and ulna length (UL). The formula for estimating Wt and Ht that has been formulated is mostly using subjects not Asian especially Indonesian. **Objectives :** derived linear regression equations to estimate Wt and Ht from MUAC and UL for Indonesian adults **Methods :** The study design was cross sectional study. Population of this study was student of Health Science and Nursing Faculty Ngudi Waluyo University. The sample consisted of 303 students 19-29 years old. Research instruments were digital weight scale, microtoise, and metline. Correlation was tested using Pearson analysis. Linear regression equations was derived from linear regression analysis.

**Results:** Wt estimation was significantly correlated with Wt ( $r=0.917$ ,  $p<0.0001$ ). Ht estimation was significantly correlated with Ht ( $r=0.812$ ,  $p<0.0001$ ). Estimation Wt =  $2.863 \text{ MUAC (cm)} - 4.019 \text{ sex} - 14.533$  ( $R^2=0.84$ ,  $SEE=4.90$ ). Estimation Ht =  $2.525 \text{ UL (cm)} - 5.828 \text{ sex} + 99.384$  ( $R^2=0.66$ ,  $SEE=3.92$ ). Male=0, female = 1.

**Conclusion:** The regression equations can be used as alternative to estimate Wt and Ht from MUAC and UL for Indonesian adults.

**Keywords:** weight, height, MUAC, ulna length

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Berat badan (BB) dan tinggi badan (TB) dapat diperkirakan menggunakan parameter lingkar lengan atas (LILA) dan panjang ulna (PU). Formula estimasi BB dan TB yang telah dirumuskan sebagian besar menggunakan subjek bukan orang Asia khususnya Indonesia.

**Tujuan:** merumuskan persamaan regresi linier estimasi BB dan TB dari LILA dan PU untuk orang dewasa Indonesia

**Metode:** Desain penelitian cross sectional. Populasi adalah mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan dan Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo. Jumlah subjek 303 mahasiswa usia 19-29 tahun. Instrumen penelitian adalah timbangan berat badan digital, microtoise, dan metline. Uji korelasi menggunakan uji korelasi Pearson. Uji regresi linier digunakan untuk membentuk model persamaan regresi.

**Hasil:** Estimasi BB berhubungan bermakna dengan BB ( $r=0.917$ ;  $p<0.0001$ ). Estimasi TB berhubungan bermakna dengan TB ( $r=0.812$ ;  $p<0.0001$ ). Estimasi BB =  $2.863 \text{ LILA (cm)} - 4.019 \text{ jenis kelamin} - 14.533$  ( $R^2=0.84$ ;  $SEE=4.90$ ). Estimasi TB =  $2.525 \text{ panjang ulna (cm)} - 5.828 \text{ jenis kelamin} + 99.384$  ( $R^2=0.66$ ;  $SEE=3.92$ ). Laki-laki =0, perempuan=1.

**Simpulan:** Persamaan regresi dalam penelitian ini dapat dijadikan alternatif untuk estimasi BB dan TB dari parameter LILA dan PU untuk orang dewasa Indonesia.

**Kata Kunci:** berat badan, tinggi badan, lingkar lengan atas, panjang ulna

### PENDAHULUAN

Proses asuhan gizi pasien di rumah sakit pada tahap skrining gizi merupakan tahapan yang paling penting dalam mengidentifikasi atau memprediksi risiko dari berkembangnya suatu penyakit, diantaranya komplikasi termasuk kematian dan biaya. Skrining gizi bertujuan untuk memprediksi probabilitas membaik atau memburuknya *outcome* yang berkaitan dengan faktor gizi dan mengetahui pengaruh dari intervensi gizi.<sup>1</sup>

Tahap penilaian status gizi harus segera dilakukan apabila pada fase skrining gizi subjek diindikasikan berisiko masalah gizi. Hal ini dilakukan untuk mengetahui tingkat keparahan masalah gizi. Dua

parameter pengukuran antropometri yang sangat penting pada penilaian status gizi adalah berat badan dan tinggi badan.<sup>2</sup>

Penambahan berat badan dapat menunjukkan terjadinya peningkatan risiko obesitas namun dapat juga menunjukkan adanya penumpukan cairan dalam tubuh pada pasien-pasien yang mendapatkan cairan intravena. Sebaliknya pada pasien yang mengalami penurunan berat badan dapat mengindikasikan terjadinya keparahan atau memburuknya status gizi pasien. Penurunan berat badan yang tidak diinginkan pada pasien dapat meningkatkan risiko kematian. Penurunan berat badan lebih dari 10% dapat meningkatkan risiko kematian 4 kali lipat pada pasien gagal jantung kronis.<sup>3</sup>

Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo. Jl. Diponegoro No. 186, Gedanganak, Ungaran Timur Kabupaten Semarang 50519, Indonesia.

\* **Korespondensi:** Email: [prodigizi.nw@gmail.com](mailto:prodigizi.nw@gmail.com), Telp/Fax : 024-6925408

## HUBUNGAN POLA MAKAN DAN OBESITAS PADA REMAJA DI KOTA BITUNG

<sup>1</sup>Olivia G. Mokolensang

<sup>2</sup>Aaltje E. Manampiring

<sup>2</sup>Fatimawali

<sup>1</sup>Kandidat Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado

<sup>2</sup>Bagian Kimia Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado

Email: gabbymoko@gmail.com

**Abstract:** In adolescents, the incidences of overweight and obesity are serious problems because they will continue to develop until the children become mature. Obesity is caused mostly by environmental factors like diet and feeding behavior. The general objective of this research was to determine the correlations between obesity and diet in adolescents from Bitung city. Methods used is descriptive observational analysis with cross sectional design. The results showed that the majority of subjects in this study were women (47%), and 77.1% had nutritional status of central obesity, based by waist circumference measurement. From the results of comparative analysis using Fisher exact test, they showed very significant correlation between diet and obesity, for this case is the correlations between intake of energy, carbohydrate, protein and fat with obesity status ( $P < 0.01$ ). This is confirmed by the results of logistic regression analysis that showed from the intake of various nutrients, fat intake is the most influential variable in the status of obesity from subjects in this study ( $\text{Exp}(B) = 6, p < 0.01$ ). **Conclusion:** there is a correlation between diet and obesity where the adolescents in this research had excessive diet (all macro-nutrients, like protein, fat and carbohydrate), when seen from the results of nutrient intake analysis compared to the recommended dietary allowance for children teens 13-17 years.

**Keywords:** adolescent, obesity, diet

**Abstrak:** Pada remaja kejadian kegemukan dan obesitas merupakan masalah yang serius karena akan berlanjut hingga usia dewasa. Obesitas terutama disebabkan oleh pengaruh faktor lingkungan terutama terjadi melalui ketidakseimbangan antara pola makan dan perilaku makan. Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan dan obesitas pada remaja di kota bitung. Metode yang digunakan deskriptif observasional analitik menggunakan rancangan *cross sectional*. Hasil penelitian menunjukkan, sebagian besar subjek penelitian ini adalah perempuan (47%), dan 77,1% mempunyai status gizi obesitas sentral berdasarkan hasil pengukuran lingkaran pinggang. Dari Hasil analisis komparatif menggunakan fisher exact test menunjukkan secara keseluruhan terdapat hubungan yang sangat bermakna antara pola makan dalam hal ini adalah asupan energi, karbohidrat, protein dan lemak dengan status obesitas ( $P < 0,01$ ). Hal ini dipertegas pada hasil analisis regresi logistik yang menunjukkan bahwa dari berbagai asupan zat gizi, asupan lemak merupakan variabel yang paling berpengaruh terhadap status obesitas pada subjek dalam penelitian ini ( $\text{Exp}(B) = 6, p < 0,01$ ). **Simpulan:** Adanya hubungan antara pola makan dan obesitas dimana Pola makan anak remaja dalam penelitian ini cenderung lebih (semua zat gizi makro yaitu protein, lemak dan karbohidrat) jika dilihat dari hasil analisis asupan zat gizi dibandingkan dengan angka kecukupan gizi yang dianjurkan pada anak remaja 13-17 tahun.

**Kata kunci:** remaja, obesitas, pola makan

Lampiran 5 Kuesioner FFQ

KUESIONER

FFQ ( *FOOD FREQUENCY QUESTION* )

NAMA RESPONDEN :

KELAS :

Berilah tanda check list (√) pada kolom yang sesuai dengan kebiasaan kamu dalam mengonsumsi makanan (dalam 1 bulan terakhir)

| NO.       | BAHAN MAKANAN                       | >1 X / HAR I | 4-6 X / MINGGU | 3 X / MINGGU | < 3 X / MINGGU | 1-3 X / BULAN | TIDAK PERNA H |
|-----------|-------------------------------------|--------------|----------------|--------------|----------------|---------------|---------------|
|           |                                     | 50           | 25             | 15           | 10             | 1             | 0             |
| <b>1.</b> | <b>MAKANAN POKOK</b>                |              |                |              |                |               |               |
|           | NASI                                |              |                |              |                |               |               |
|           | MIE                                 |              |                |              |                |               |               |
|           | KENTANG                             |              |                |              |                |               |               |
|           | SINGKONG/UBI                        |              |                |              |                |               |               |
|           | ROTI TAWAR                          |              |                |              |                |               |               |
|           | JAGUNG                              |              |                |              |                |               |               |
|           | BIHUN                               |              |                |              |                |               |               |
|           | LAINNYA, SEBUTKAN<br>.....<br>..... |              |                |              |                |               |               |
| <b>2.</b> | <b>LAUK HEWANI DAN OLAHANNYA</b>    |              |                |              |                |               |               |
|           | IKAN SEGAR                          |              |                |              |                |               |               |
|           | IKAN ASIN                           |              |                |              |                |               |               |
|           | UDANG                               |              |                |              |                |               |               |
|           | DAGING SAPI                         |              |                |              |                |               |               |
|           | DAGING KAMBING                      |              |                |              |                |               |               |
|           | DAGING AYAM                         |              |                |              |                |               |               |
|           | TELUR AYAM                          |              |                |              |                |               |               |
|           | NUGGET                              |              |                |              |                |               |               |
|           | SOSIS                               |              |                |              |                |               |               |
|           | LAINNYA, SEBUTKAN<br>.....<br>..... |              |                |              |                |               |               |
| <b>3.</b> | <b>LAUK NABATI</b>                  |              |                |              |                |               |               |
|           | KACANG HIJAU                        |              |                |              |                |               |               |
|           | KACANG TANAH                        |              |                |              |                |               |               |
|           | TAHU                                |              |                |              |                |               |               |
|           | TEMPE                               |              |                |              |                |               |               |

|           |                                     |  |  |  |  |  |  |
|-----------|-------------------------------------|--|--|--|--|--|--|
|           | LAINNYA, SEBUTKAN<br>.....<br>..... |  |  |  |  |  |  |
| <b>4.</b> | <b>SAYUR-SAYURAN</b>                |  |  |  |  |  |  |
|           | BAYAM                               |  |  |  |  |  |  |
|           | KANGKUNG                            |  |  |  |  |  |  |
|           | DAUN SINGKONG                       |  |  |  |  |  |  |
|           | SAWI HIJAU                          |  |  |  |  |  |  |
|           | KOL                                 |  |  |  |  |  |  |
|           | KEMBANG KOL                         |  |  |  |  |  |  |
|           | BROKOLI                             |  |  |  |  |  |  |
|           | TIMUN                               |  |  |  |  |  |  |
|           | KACANG PANJANG                      |  |  |  |  |  |  |
|           | BUNCIS                              |  |  |  |  |  |  |
|           | LAINNYA, SEBUTKAN<br>.....<br>..... |  |  |  |  |  |  |
| <b>5.</b> | <b>BUAH-BUAHAN</b>                  |  |  |  |  |  |  |
|           | JERUK                               |  |  |  |  |  |  |
|           | PEPAYA                              |  |  |  |  |  |  |
|           | APEL                                |  |  |  |  |  |  |
|           | PISANG                              |  |  |  |  |  |  |
|           | MANGGA                              |  |  |  |  |  |  |
|           | LAINNYA, SEBUTKAN<br>.....<br>..... |  |  |  |  |  |  |
| <b>6.</b> | <b>SUSU DAN HASIL OLAHANNYA</b>     |  |  |  |  |  |  |
|           | YOGHURT                             |  |  |  |  |  |  |
|           | SUSU BUBUK                          |  |  |  |  |  |  |
|           | SUSU UHT                            |  |  |  |  |  |  |
|           | LAINNYA, SEBUTKAN<br>.....<br>..... |  |  |  |  |  |  |
| <b>7.</b> | <b>MAKANAN JAJAN</b>                |  |  |  |  |  |  |
|           | HAMBURGER                           |  |  |  |  |  |  |
|           | PIZZA                               |  |  |  |  |  |  |
|           | MARTABAK                            |  |  |  |  |  |  |
|           | DONAT                               |  |  |  |  |  |  |
|           | BAKSO                               |  |  |  |  |  |  |
|           | SIOMAY                              |  |  |  |  |  |  |
|           | BATAGOR                             |  |  |  |  |  |  |
|           | PEMPEK                              |  |  |  |  |  |  |
|           | GORENGAN                            |  |  |  |  |  |  |
|           | KUE                                 |  |  |  |  |  |  |
|           | PUDING/AGAR-AGAR                    |  |  |  |  |  |  |
|           | COKLAT                              |  |  |  |  |  |  |
|           | LAINNYA, SEBUTKAN<br>.....<br>..... |  |  |  |  |  |  |

|           |                                     |  |  |  |  |  |  |
|-----------|-------------------------------------|--|--|--|--|--|--|
|           |                                     |  |  |  |  |  |  |
| <b>9.</b> | <b>SOFT DRINK</b>                   |  |  |  |  |  |  |
|           | COCA<br>COLA/FANTA/SPRITE           |  |  |  |  |  |  |
|           | MINUMAN BOBA                        |  |  |  |  |  |  |
|           | THAI TEA                            |  |  |  |  |  |  |
|           | LAINNYA, SEBUTKAN<br>.....<br>..... |  |  |  |  |  |  |
|           |                                     |  |  |  |  |  |  |
|           |                                     |  |  |  |  |  |  |

## Lampiran 6 Hasil uji univariat dan bivariat

### Jenis Kelamin

|       |           | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-----------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | laki laki | 105       | 52.0    | 52.0          | 52.0               |
|       | perempuan | 97        | 48.0    | 48.0          | 100.0              |
|       | Total     | 202       | 100.0   | 100.0         |                    |

### U

|       |            | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | < 13 Tahun | 34        | 16.8    | 16.8          | 16.8               |
|       | > 13 Tahun | 168       | 83.2    | 83.2          | 100.0              |
|       | Total      | 202       | 100.0   | 100.0         |                    |

### Statistics

| u    |         |       |
|------|---------|-------|
| N    | Valid   | 202   |
|      | Missing | 0     |
| Mean |         | 12.89 |

### Status gizi

|       |                  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Overweight       | 73        | 36.1    | 36.1          | 36.1               |
|       | Tidak Overweight | 129       | 63.9    | 63.9          | 100.0              |
|       | Total            | 202       | 100.0   | 100.0         |                    |

**Statistics**

|      |         | Tb     | Bb    | u   |
|------|---------|--------|-------|-----|
| N    | Valid   | 202    | 202   | 202 |
|      | Missing | 0      | 0     | 0   |
| Mean |         | 158.36 | 53.93 |     |

**Status TB**

|       |           | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-----------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | 125 - 150 | 39        | 19.3    | 19.3          | 19.3               |
|       | 151 - 175 | 159       | 78.7    | 78.7          | 98.0               |
|       | 176 - 200 | 4         | 2.0     | 2.0           | 100.0              |
| Total |           | 202       | 100.0   | 100.0         |                    |

**Status BB**

|       |          | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|----------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | 30 - 45  | 54        | 26.7    | 26.7          | 26.7               |
|       | 46 - 60  | 102       | 50.5    | 50.5          | 77.2               |
|       | 61 - 75  | 34        | 16.8    | 16.8          | 94.1               |
|       | 76 - 90  | 9         | 4.5     | 4.5           | 98.5               |
|       | 91 - 105 | 3         | 1.5     | 1.5           | 100.0              |
| Total |          | 202       | 100.0   | 100.0         |                    |

**Statistics**

skor

|        |         |        |
|--------|---------|--------|
| N      | Valid   | 202    |
|        | Missing | 0      |
| Median |         | 564.50 |

**status ffq**

|       |        | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Jarang | 102       | 50.5    | 50.5          | 50.5               |
|       | Sering | 100       | 49.5    | 49.5          | 100.0              |
| Total |        | 202       | 100.0   | 100.0         |                    |

**Status gizi \* status ffq Crosstabulation**

|             |                  |                | status ffq |        | Total |
|-------------|------------------|----------------|------------|--------|-------|
|             |                  |                | Jarang     | Sering |       |
| Status gizi | Tidak Overweight | Count          | 102        | 27     | 129   |
|             |                  | Expected Count | 65.1       | 63.9   | 129.0 |
|             | Overweight       | Count          | 0          | 73     | 73    |
|             |                  | Expected Count | 36.9       | 36.1   | 73.0  |
| Total       | Count            |                | 102        | 100    | 202   |
|             | Expected Count   |                | 102.0      | 100.0  | 202.0 |

**Chi-Square Tests**

|                                    | Value                | df | Asymp. Sig. (2-sided) | Exact Sig. (2-sided) | Exact Sig. (1-sided) |
|------------------------------------|----------------------|----|-----------------------|----------------------|----------------------|
| Pearson Chi-Square                 | 116.596 <sup>a</sup> | 1  | .000                  |                      |                      |
| Continuity Correction <sup>b</sup> | 113.455              | 1  | .000                  |                      |                      |
| Likelihood Ratio                   | 147.650              | 1  | .000                  |                      |                      |
| Fisher's Exact Test                |                      |    |                       | .000                 | .000                 |
| Linear-by-Linear Association       | 116.019              | 1  | .000                  |                      |                      |
| N of Valid Cases                   | 202                  |    |                       |                      |                      |

a. 0 cells (,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 36,14.

b. Computed only for a 2x2 table



## Lampiran 7 Lembar persetujuan Responden

### LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini : 

Nama Responden : NOR ASSIFA

Usia Responden : 13... Tahun ...7....Bulan

Alamat : Jln. Gatot Subroto GG.9

No.Hp : 0821-2242-0202

Saya menyatakan diri secara sukarela bersedia menjadi responden penelitian skripsi KDM dengan judul "Risiko Kejadian Overweight Pada Remaja Di SMPN 22 Samarinda". Saya mengerti bahwa penelitian ini tidak akan berakibat negative pada saya, dan segala informasi yang saya berikan dijamin kerahasiannya. Karena itu, jawaban yang saya berikan adalah ada sebenar-benarnya.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka dengan ini saya menyatakan secara sukarela menjadi responden dan berpartisipasi aktif dalam proses penelitian ini.

Samarinda,

Mei 2023



.....

## Lampiran 8 Lemar kuesioner

### KUESIONER

#### FFQ ( FOOD FREQUENCY QUESTION )

NAMA RESPONDEN :

JENIS KELAMIN : Laki-laki

KELAS : VII C

Berilah tanda check list (√) pada kolom yang sesuai dengan kebiasaan kamu dalam mengonsumsi makanan (dalam 1 bulan terakhir)

| NO. | BAHAN MAKANAN                    | >1 X /<br>HARI<br>50 | 4-6 X /<br>MINGGU<br>25 | 3 X /<br>MINGGU<br>15 | < 3 X /<br>MINGGU<br>10 | 1-3 X /<br>BULAN<br>1 | TIDAK<br>PERNAH<br>0 |
|-----|----------------------------------|----------------------|-------------------------|-----------------------|-------------------------|-----------------------|----------------------|
| 1.  | <b>MAKANAN POKOK</b>             |                      |                         |                       |                         |                       |                      |
|     | NASI                             | ✓                    |                         |                       |                         |                       |                      |
|     | MIE                              | ✓                    |                         |                       |                         |                       |                      |
|     | KENTANG                          |                      | ✓                       |                       |                         |                       |                      |
|     | SINGKONG/UBI                     |                      |                         |                       |                         |                       | ✓                    |
|     | ROTI TAWAR                       |                      |                         |                       |                         |                       | ✓                    |
|     | JAGUNG                           |                      |                         |                       |                         | ✓                     |                      |
|     | BIHUN                            |                      |                         |                       |                         |                       |                      |
|     | LAINNYA, SEBUTKAN<br>.....       |                      |                         |                       |                         |                       |                      |
| 2.  | <b>LAUK HEWANI DAN OLAHANNYA</b> |                      |                         |                       |                         |                       |                      |
|     | IKAN SEGAR                       |                      |                         |                       |                         | ✓                     | ✓                    |
|     | IKAN ASIN                        |                      |                         |                       |                         |                       | ✓                    |
|     | UDANG                            |                      |                         |                       |                         |                       |                      |
|     | DAGING SAPI                      |                      | ✓                       |                       |                         |                       |                      |
|     | DAGING KAMBING                   |                      |                         |                       |                         |                       | ✓                    |
|     | DAGING AYAM                      | ✓                    |                         |                       |                         |                       |                      |
|     | TELUR AYAM                       |                      | ✓                       |                       |                         |                       |                      |
|     | NUGGET                           |                      | ✓                       |                       |                         |                       |                      |
|     | SOSIS                            |                      | ✓                       |                       |                         |                       |                      |
|     | LAINNYA, SEBUTKAN<br>.....       |                      |                         |                       |                         |                       |                      |
| 3.  | <b>LAUK NABATI</b>               |                      |                         |                       |                         |                       |                      |
|     | KACANG HIJAU                     |                      |                         |                       |                         |                       | ✓                    |
|     | KACANG TANAH                     |                      |                         |                       |                         |                       | ✓                    |
|     | TAHU                             | ✓                    |                         |                       |                         |                       |                      |
|     | TEMPE                            |                      | ✓                       |                       |                         |                       |                      |

|           |                                 |  |   |   |   |  |   |
|-----------|---------------------------------|--|---|---|---|--|---|
|           | LAINNYA, SEBUTKAN<br>.....      |  |   |   |   |  |   |
| <b>4.</b> | <b>SAYUR-SAYURAN</b>            |  |   |   |   |  |   |
|           | BAYAM                           |  | ✓ |   |   |  |   |
|           | KANGKUNG                        |  |   |   |   |  | ✓ |
|           | DAUN SINGKONG                   |  |   |   |   |  | ✓ |
|           | SAWI HIJAU                      |  |   |   |   |  | ✓ |
|           | KOL                             |  |   |   |   |  | ✓ |
|           | KEMBANG KOL                     |  |   |   |   |  | ✓ |
|           | BROKOLI                         |  |   |   |   |  | ✓ |
|           | TIMUN                           |  |   |   |   |  | ✓ |
|           | KACANG PANJANG                  |  |   |   |   |  | ✓ |
|           | BUNCIS                          |  |   |   |   |  | ✓ |
|           | LAINNYA, SEBUTKAN<br>.....      |  |   |   |   |  |   |
| <b>5.</b> | <b>BUAH-BUAHAN</b>              |  |   |   |   |  |   |
|           | JERUK                           |  |   |   | ✓ |  |   |
|           | PEPAYA                          |  |   |   | ✓ |  |   |
|           | APEL                            |  |   |   | ✓ |  |   |
|           | PISANG                          |  |   |   | ✓ |  |   |
|           | MANGGA                          |  |   |   | ✓ |  |   |
|           | LAINNYA, SEBUTKAN<br>.....      |  |   |   |   |  |   |
| <b>6.</b> | <b>SUSU DAN HASIL OLAHANNYA</b> |  |   |   |   |  |   |
|           | YOGHURT                         |  |   |   | ✓ |  |   |
|           | SUSU BUBUK                      |  |   |   |   |  | ✓ |
|           | SUSU UHT                        |  |   |   |   |  | ✓ |
|           | LAINNYA, SEBUTKAN<br>.....      |  |   |   |   |  |   |
| <b>7.</b> | <b>MAKANAN JAJAN</b>            |  |   |   |   |  |   |
|           | HAMBURGER                       |  |   | ✓ |   |  | ✓ |
|           | PIZZA                           |  |   | ✓ |   |  | ✓ |
|           | MARTABAK                        |  |   | ✓ |   |  | ✓ |
|           | DONAT                           |  |   | ✓ |   |  | ✓ |
|           | BAKSO                           |  |   | ✓ |   |  | ✓ |
|           | SIOMAY                          |  |   |   |   |  | ✓ |
|           | BATAGOR                         |  |   |   |   |  | ✓ |
|           | PEMPEK                          |  |   |   | ✓ |  | ✓ |
|           | GORENGAN                        |  |   |   |   |  | ✓ |
|           | KUE                             |  |   |   |   |  | ✓ |
|           | PUDING/AGAR-AGAR                |  |   |   |   |  | ✓ |



## Lampiran 9 Dokumentasi penelitian



SKRIPSI: Dirna Yulanda:  
HUBUNGAN POLA MAKAN  
DENGAN KEJADIAN  
OVERWEIGHT PADA REMAJA DI  
SMPN 22 SAMARINDA  
*by Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur*

---

Submission date: 14-May-2024 02:33PM (UTC+0800)

Submission ID: 2293551886

File name: SKRIPSI\_DIRNA\_YULANDA\_FIX\_1811102413052\_1.docx (590.86K)

Word count: 5317

Character count: 31925

SKRIPSI: Dirna Yulanda: HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN OVERWEIGHT PADA REMAJA DI SMPN 22 SAMARINDA

ORIGINALITY REPORT

|                                |                                |                            |                             |
|--------------------------------|--------------------------------|----------------------------|-----------------------------|
| <b>23%</b><br>SIMILARITY INDEX | <b>23%</b><br>INTERNET SOURCES | <b>12%</b><br>PUBLICATIONS | <b>6%</b><br>STUDENT PAPERS |
|--------------------------------|--------------------------------|----------------------------|-----------------------------|

PRIMARY SOURCES

|          |  |            |
|----------|--|------------|
| <b>1</b> | <a href="https://dspace.umkt.ac.id">dspace.umkt.ac.id</a><br>Internet Source                                   | <b>11%</b> |
| <b>2</b> | <a href="https://journal.universitaspahlawan.ac.id">journal.universitaspahlawan.ac.id</a><br>Internet Source   | <b>3%</b>  |
| <b>3</b> | <a href="https://repository.poltekkesbengkulu.ac.id">repository.poltekkesbengkulu.ac.id</a><br>Internet Source | <b>2%</b>  |
| <b>4</b> | <a href="https://jurnal.unismuhpalu.ac.id">jurnal.unismuhpalu.ac.id</a><br>Internet Source                     | <b>1%</b>  |
| <b>5</b> | <a href="https://repo.poltekkesbandung.ac.id">repo.poltekkesbandung.ac.id</a><br>Internet Source               | <b>1%</b>  |
| <b>6</b> | <a href="https://www.scribd.com">www.scribd.com</a><br>Internet Source   | <b>1%</b>  |
| <b>7</b> | <a href="https://repository.unja.ac.id">repository.unja.ac.id</a><br>Internet Source                           | <b>1%</b>  |
| <b>8</b> | <a href="https://www.neliti.com">www.neliti.com</a><br>Internet Source   | <b>1%</b>  |

[eprints.umpo.ac.id](https://eprints.umpo.ac.id)